

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, P. (2022). *Pengabdian Masyarakat Dosen SBM ITB Kenalkan Menanam Bunga Chamomile*.
- Andriati, A., & Wahjudi, R. M. T. (2016). Tingkat penerimaan penggunaan jamu sebagai alternatif penggunaan obat modern pada masyarakat ekonomi rendah-menengah dan atas. *Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik*, 29(3), 133. <https://doi.org/10.20473/mkp.v29i32016.133-145>
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41(June), 27–36. <https://doi.org/10.1016/j.chilcyouth.2014.03.001>
- BiancaN, K.-B., & Purwa-SamatraDPG. (2021). Gambaran Tidur Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Pada Tahap Preklinik/Klinik. *EJurnalMedUdayana*. <https://doi.org/10.24843//mu.2021.v10.i12.p01>.
- Billy D. Saputra, Resmi Mustarichie, & Jutti Levita. (2021). Review: Tanaman Obat Untuk Penginduksi Tidur. *Farmaka*, 19(2), 15–28.
- Chandra, D., Hafizullah Ritonga, A., & Rudi Aman Manik, T. (2022). Penyuluhan Akan Pengolahan Chamomile Menjadi Teh Kantong Kemasan Sebagai Antioksidan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3(2), 425–428.
- Chen, Z. K., Liu, Y. Y., Zhou, J. C., Chen, G. H., Liu, C. F., Qu, W. M., & Huang, Z. L. (2024). Insomnia-related rodent models in drug discovery. *Acta Pharmacologica Sinica*, 45(9), 1777–1792. <https://doi.org/10.1038/s41401-024-01269-w>
- Dalyan, A. (2020). *HUBUNGAN KECENDERUNGAN INSOMNIA DENGAN TINGKAT HEALTH RELATED QUALITY OF LIFE PADA MAHASISWA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN ONLINE DIMASA PANDEMIK COVID-19 (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS HASANUDDIN)*. UNIVERSITAS HASANUDDIN.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Doghramji, K. (2020). Pharmacological Management of Insomnia. In A. Chopra, P. Das, & K. Doghramji (Eds.), *Management of Sleep Disorders in Psychiatry* (pp. 103–117). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med/9780190929671.003.0009>

- Duijzings, M., Todd, J., & Notebaert, L. (2024). A randomized controlled trial modifying insomnia-consistent interpretation bias in students. *Behaviour Research and Therapy*, 181. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2024.104607>
- Eka, P. (2024). *Efektivitas teh matricaria chamomile l. terhadap kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran universitas muhammadiyah sumatera utara*.
- erwani, erwani, & nofriandi, nofriandi. (2017). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Puskesmas Belimbing Padang. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 123–132. <https://doi.org/10.33757/jik.v1i1.38>
- Ghassaani, N., Sartika, I., Maghfiroh, E., & Saputra, M. C. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Penerimaan Teknologi pada Pengguna Aplikasi Notion Menggunakan Technology Acceptance Model (TAM) Termodifikasi. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 1(1), 1–10. <http://j-ptiik.ub.ac.id>
- Gunawan, I., Nurgahayu, & Haeruddin. (2022). Faktor Determinan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. *Window of Public Health Journal*, 3(3), 488–501. <https://doi.org/10.33096/woph.v3i3.104>
- Kamaludin, A. (2021). Pengaruh mengkonsumsi teh bunga chamomile sebelum tidur terhadap kualitas tidur pada mahasiswa semester akhir. *STIKes WDH Tangerang*. <http://eprints.wdh.ac.id/id/eprint/1463>
- Khasanah, N. A., Rahmawati, I., & Putri, D. S. R. (2020). Pengaruh Aromaterapi Chamomile Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Kusuma Husada Surakarta. *Universitas Kusuma Husada Surakarta*.
- Kurnia, A. D., Wardhani, V., & Rusca, K. T. (2013). Aromaterapi Bunga Lavender Memperbaiki Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 25(2), 83–86. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2009.025.02.1>
- Leonardo. (2021). tress and sleep disturbances in university students: A systematic review of risk factors. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 317–323. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.06.008>
- Leony Larasati, M. H. (2025). *HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEPERAWATAN DALAM MENGERJAKAN TUGAS AKHIR*. 7(April). <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v7i2.14959>
- Mavandi, P., Assareh, M. H., Dehshiri, A., Rezadoost, H., & Abdossi, V. (2021). Evaluation of morphophysiological traits and essential oil production in

- Iranian genotypes and foreign varieties of Chamomile (*Matricaria chamomilla* L.) through multivariate analyses. *Scientia Horticulturae*, 282(January), 110017. <https://doi.org/10.1016/j.scienta.2021.110017>
- Mawo, P. R., Rante, S. D. T., & I Nyoman Sasputra. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Hemoglobin Mahasiswa Fakultas Kedokteran Undana. *Cendana Medical Journal*, 17(2), 158–163.
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Nurdin, M. A., Arsin, A. A., & Thaha, R. M. (2018). Kualitas Hidup Penderita Insomnia Pada Mahasiswa. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 128. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3464>
- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 7–13. <https://doi.org/10.32382/mkg.v19i2.1933>
- Puspa Devi, P., Umiana Soleha, T., & Trijayanthi Utama, W. (2019). Efektivitas Konsumsi Teh Chamomile Untuk Mengurangi Kesulitan Tidur (Insomnia). *J Agromedicine Unila*, xx, 96–100.
- Razali, R. A. N., Suparto, S., & Perangin - Angin, C. R. (2021). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Kedokteran : Tinjauan Umum. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 27(1), 55–61. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v27i1.1901>
- Sofyan, H. A. (2021). *HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PINTU LANGIT*. UNIVERSITAS AUFA ROYHAN.
- Suciwati, A., Carolin, B. T., & Bunga, N. A. (2023). Efektivitas Pemberian Teh Chamomile Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia. *Menara Medika*, 5(2), 159–165. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i2.3623>
- Sugiarto, I. (2020). EFEKTIVITAS CHAMOMILE (*Matricaria chamomilla*) TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR LANSIA. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 407–411. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. W., & Utami, L. R. (2019). The Master Book of SPSS. In *Anak Hebat Indonesia*. juli 2019. https://www.google.co.id/books/edition/The_Master_Book_of_SPSS/KdjyDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0&kptab=overview

- Widiana, I. G. P. W., Sudiari, M., & Sukraandini, N. K. (2020). Pengaruh Massage Kaki terhadap Penurunan Insomnia pada Lansia di Banjar Temesi Desa Temesi Kabupaten Gianyar. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 83. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.186>
- Widyaningrum, E. A., Wika Admaja, W., Winduhani Astuti, L., & Masyriqoh, B. (2021). Pengaruh Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Pengetahuan Serta Perilaku Penggunaan Suplemen di Masa Pandemi pada Mahasiswa Ilk Bhakti Wiyata. *Majalah Farmasetika*, 6(Suppl 1), 49. <https://doi.org/10.24198/mfarmasetika.v6i0.36675>
- Wijayanti, D., Purwati, A., & Retnaningsih, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 9(2), 67–74. <https://doi.org/10.33867/c2byzp04>
- Yuniarsih, N., Nazwa Zanuba Adam, A., Khairunnisa, J., Hestina Putri, M., Atqia Shakira, N., Septiyani, P., Aryani, W., Farmasi, F., & Buana Perjuangan Karawang, U. (2023). Formulasi Dan Evaluasi Sediaan Shampoo Dengan Bahan Dasar Ekstrak Bunga Chamomile (*Matricaria Chamomilla*) : Literature Review Article. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(16), 594–600. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8260304>